

# Beispiele

FERIE ZIMOWE



Ferie zimowe to czas odpoczynku od nauki i beztrudnej zabawy. Mamy nadzieję, że będzie biało, wesoło i radośnie. Przypominamy Wam o zasadach bezpiecznego zachowania się podczas zabaw zimowych oraz zamieszczamy kilka ważnych porad i wskazówek.



**Nie** rzucajcie śnieżkami w przejeżdżające pojazdy - możecie spowodować wypadek;



**Nie** rzucajcie w kolegów śnieżkami, w których umieściliście coś twardego np. kamień lub lód - możecie zrobić im krzywdę;



**Nie** zjeżdżajcie na sankach z pagórków  
znajdujących się przy drogach, nadjeżdżający  
samochód może nie zdążyć zahamować;



Kulig organizujcie tylko pod nadzorem osób dorosłych;

Kulig za samochodem -

**NIEMĄDRE I NIEBEZPIECZNE.**

**Nie** przyczepiaj sanek do samochodu !!!



Teren do zjazdu **wybijrzcie** bez krzaków,

kamieni i nierówności - grozi to **wywrotką**;



**Nie** ślizgajcie się na chodniku to zagrożenie dla wszystkich - łatwo złamać nogę czy rękę - posypujemy chodniki piaskiem.





**Nie** wchodźcie na lód zamarzniętych jezior,

stawów, rzek, wykopów - pod wpływem ciężaru

ciała **lód może się załamać !!!**

Korzystaj wyłącznie ze

specjalnie przygotowanych

lodowisk.



# Gdy lód się pod tobą załamie:

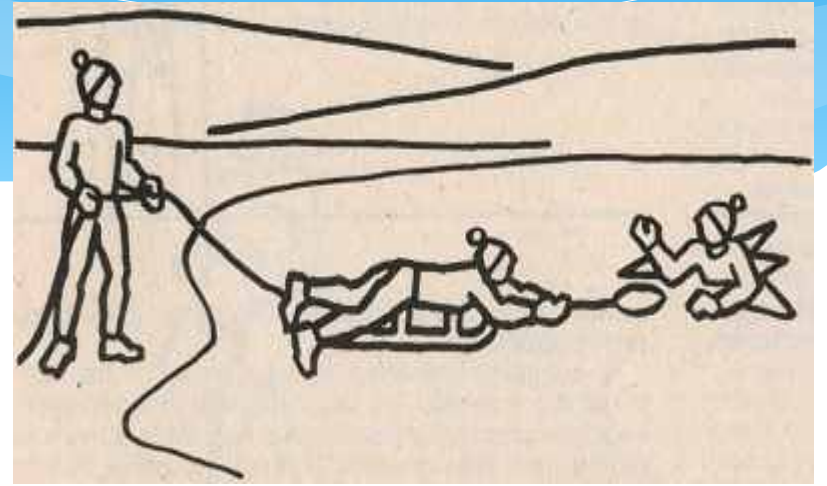
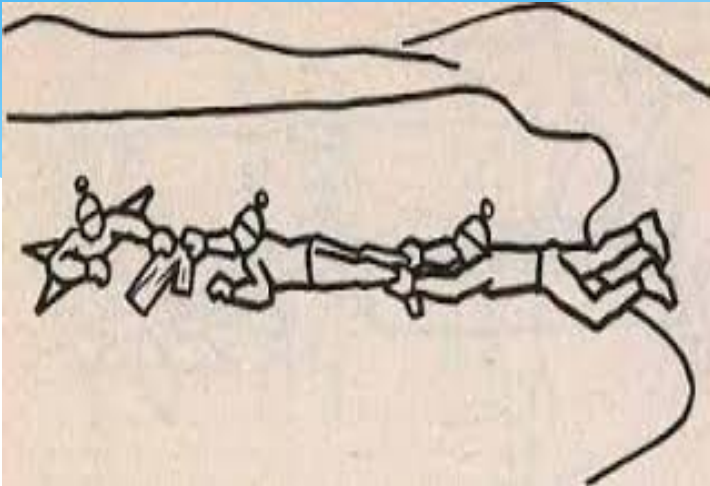
- \* Zachowaj spokój
- \* Nie wykonuj gwałtownych ruchów
- \* Staraj się wydostać z wody, ostrożnie podciągając się na rękach
- \* W lodowatej wodzie możesz przebywać tylko kilka minut, dłuższa kąpiel grozi nadmiernym wychłodzeniem organizmu
- \* Gdy wydostaniesz się na powierzchnię lodu, poruszaj się w kierunku brzegu w pozycji leżącej tak, aby zmniejszyć nacisk na lód
- \* Cały czas staraj się wzywać pomoc

# Jeśli jesteś świadkiem wypadku:

- ❖ Jeśli ocenisz, że akcja ratunkowa jest zbyt niebezpieczna wezwij natychmiast pomoc
- ❖ Nie biegnij w kierunku osoby tonącej
- ❖ Nigdy nie podchodź w postawie wyprostowanej do osoby tonącej, zwiększasz w ten sposób nacisk na lód

# Jeśli jesteś świadkiem wypadku:

- ❖ poszkodowanego postaraj się wyciągnąć z wody przy pomocy długich i wytrzymałych przedmiotów: gałęzi, deski, szalika, paska od spodni, sanek
- ❖ unikaj bezpośredniego kontaktu z tonącym, możesz zostać przez niego wciągnięty do wody



# Pamiętaj!!!

- \* **Zawsze informuj** rodziców lub opiekunów o tym gdzie i z kim będziesz przebywać
- \* **Wracaj** do domu o ustalonej porze – jeszcze przed zapadnięciem zmroku
- \* **Nie ufaj** osobom obcym, nie przyjmuj od nich słodyczy, prezentów, nie wsiadaj do obcego samochodu

- \* Nie noś kluczy, komórki, pieniędzy w widocznym miejscu – to może skusić potencjalnego złodzieja
- \* Nie baw się w odosobnionych miejscach – jeśli będziesz potrzebował pomocy, nikt Cię nie usłyszy



\* W zimowe dni widoczność na drodze jest ograniczona i kierowcy potrzebują więcej czasu do zahamowania pojazdu. Na jezdnię wchodź uważnie i spokojnie, rozejrzyj się

\* **Zawsze noś** przy ubraniu/plecaku **elementy odblaskowe** – w okresie zimowym wcześniej zapada zmrok.





# „Kevin sam w domu”

Pamiętaj, że nie jesteś bohaterem filmu... nie poradzisz sobie sam ze złodziejami! Jeśli dorośli zostawiają Cię samego w domu, oznacza to, że Ci ufają. Nie zawieź ich i pamiętaj o podstawowych zasadach bezpieczeństwa:

- \* Nigdy **nie** wpuszczaj obcych osób do mieszkania, nawet jeśli mówią, że są przyjaciółmi Twoich rodziców. Gdy ktoś puka do drzwi, powiedz, że np. tata śpi i nie wolno go teraz budzić.

\* Jeśli ktoś obcy chce, byś wpuścił go do domu, bo Twoi rodzice kazali mu odebrać coś ważnego – **nie** wpuszczaj go. Gdyby to była prawda, rodzice uprzedziliby Cię.

\* Jeśli dzieje się coś niepokojącego (poczujesz swąd dymu, ktoś próbuje dostać się do mieszkania...) od razu dzwoń do rodziców, opiekunów sąsiadów lub pod numer alarmowy.



# Policja

# 997



# Straż pożarna

# 998



# Pogotowie ratunkowe

# 999



# Jak wezwać pomoc?

- \* Najpierw przedstaw się i powiedz ile masz lat
- \* Powiedz, gdzie się znajdujesz
- \* Powiedz, co się stało, dlaczego potrzebujesz pomocy
- \* Słuchaj uważnie, co mówi osoba, z którą rozmawiasz
- \* Spokojnie odpowiadaj na pytania
- \* Nie kończ rozmowy, poczekaj aż osoba, z którą rozmawiasz, rozłączy się pierwsza
- \* Czekaj na przybycie pomocy

W trudnych sytuacjach nie wahać się prosić  
dorosłych o pomoc.

Do Waszej dyspozycji jest również

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

**800 12 12 12**

Który działa od poniedziałku do piątku,

Dziękuję za uwagę.



Fantastycznych  
bezpiecznych ferii!!!